

## PENGARUH JANTUNG PISANG TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI

Septi Ratika<sup>1</sup>, Sri Handayani<sup>2</sup>  
[septiratika.students@aiska-university.ac.id](mailto:septiratika.students@aiska-university.ac.id)  
1,2 : Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### ABSTRAK

**Latar Belakang;** Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2021, 52,5 persen atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, atau menurun 12 persen dari angka di tahun 2019. Produksi ASI ibu menyusui dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya frekuensi pemberian ASI. Beberapa makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI salah satunya adalah jantung pisang. Produksi jantung pisang di daerah peneliti cukup banyak sehingga tidak susah untuk didapatkan. Peneliti memilih jantung pisang sekaligus memanfaatkan ketersediaan yang ada. **Tujuan;** untuk mengetahui Pengaruh jantung pisang terhadap peningkatan produksi ASI. **Metode;** Jenis penelitian ini menggunakan *pra eksperimental* dengan rancangan *Post Test Only Control Group* **Hasil;** pada responden dengan persalinan normal setelah diberikan jantung pisang semua responden (100%) cukup ASI. Pada responden dengan persalinan sesar setelah diberikan jantung pisang semua responden (100%) cukup ASI. Terdapat pengaruh peningkatan produksi ASI ibu menyusui pada persalinan normal maupun secaria. **Kesimpulan;** Terdapat pengaruh jantung pisang terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui.

**Kata Kunci :** *Ibu menyusui, produksi ASI, jantung pisang*